

概要版

第4次西尾市食育推進計画



いただきます



西尾市

Nishio City

令和4年3月

1 めざす姿

めざす姿

食でつなぐ幸せなまち

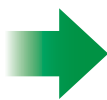
本計画では、市民一人ひとりが、食に対する正しい知識と判断力をもち、健全な食生活を生涯にわたって実践できる力を身につけ、誰もが健康で幸せに過ごせる未来をめざします。

2 アンケート調査からみる課題と今後の方向性

食育の実践について性別や世代で意識の差がみられる

課題

「食育」に関する何らかの日常的な行動や地域での活動をしている割合は、全体で約4割となっています。また、女性より男性の割合が低くなっていることや、若い世代で低くなっていることから、性別や年代で意識の差がみられます。



今後の方向性

あらゆる世代が食育に関心を持ち、実践できるように、市の広報、ホームページ、SNS 等を利用し、ライフステージに応じた役立つ情報提供を推進します。



地産地消の認知度が浸透してきている

課題

「地産地消」を「知らない」と回答した人の割合が減少し、「地産地消」が浸透してきている状況があります。一方で、西尾産の農林水産物の優先購入についてみると、「西尾産かどうか意識して購入していない」割合が多いことから、西尾産の農林水産物を優先的に購入してもらうために、『西尾産』を周知していく必要があります。

今後の方向性

地産地消を推進するため、地元産品の即売会や PR 活動を進めます。また、学校給食において地元産品を積極的に使用したり、市民が西尾産を購入できる場をつくり、消費啓発活動を推進します。



伝統食・郷土料理を知っている人が減少している

課題

西尾市の伝統食や郷土料理について知らない人が約6割となっています。また、伝統食や郷土料理について、伝えている人は約3割となっており、年々減少している状況にあります。

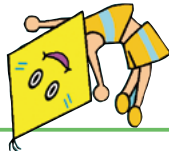
今後の方向性

西尾ならではの伝統食や郷土料理の文化を今後も残していくため、郷土料理のレシピを公開したり、行事食を学校給食の献立に取り入れるなど、西尾の食文化の継承を図ります。

食育の推進による「SDGs」達成への貢献

課題

日頃から環境に配慮した食材・食品の選択については5割以上の方が実践できていますが、約4割の方が実践できていない現状があります。「SDGs」の実現に向けて、環境へ配慮した食育の取り組みが求められています。



今後の方向性

身近な食生活における環境への負荷の軽減のため、生産や消費を通じて廃棄される食の現実を知り、「もったいない」の精神を身に付けるとともに、「むだな買い物をしない」「食材を最後まで使い切る」など家庭でできる食品ロス削減を啓発し、生産者と消費者における環境にやさしい食を推進します。

3 基本コンセプト

第4次西尾市食育推進計画では、前回計画の「いただきます おうちごはんからはじめよう 食育の“Wa”！」の基本コンセプトを継承し、“知ろう・学ぼう 食育^わの話！” “やってみよう 食育^わの和！”、“みんなで参加しよう 食育^わの輪！”の3つのテーマに新たに“まもろう 食育^わの環！”を加え、食育の取組みを推進します。

いただきます
おうちごはんからはじめよう
食育の“Wa”！

4 計画のテーマ

テーマ
①

知ろう・学ぼう^わ
食育の話！

目 標 食の知識を身につけよう

テーマ
②

やってみよう^わ
食育の和！

目 標 より良い食習慣を身につけよう

テーマ
③

みんなで参加しよう^わ
食育の輪！

目 標 食を通じてつながりを深めよう

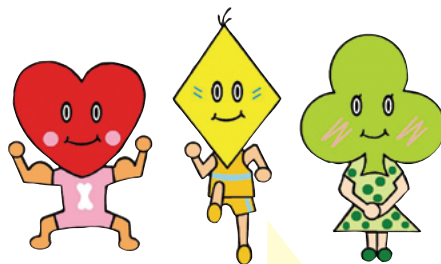
テーマ
④

まもろう^わ
食育の環！

新テーマ

目 標 食を支える環境を持続させよう

＼ ぼくたちは西尾市食育キャラクターです！ ／



ハートン

- 何でも食べる
- 素直で力持ち
- 風邪をひかない
- お肉、牛乳、うなぎが好き
- 将来の夢はウルトラマン

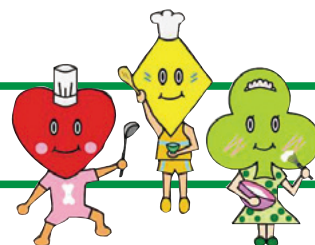
ダイヤモンド

- ごはんが好き
- 運動会でヒーローになりたい
- いつも体がポカポカ
- ひょうきんで足が速い
- 逃げ足も速い

みつばちゃん

- 算数が得意
- 抹茶といちごケーキが好き
- いつもやさしい
- いもむしが苦手

5 施策の体系



めざす姿

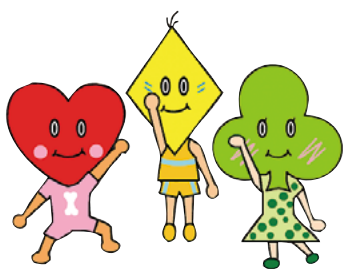
食でつなぐ幸せなまち

基本 コンセプト	計画のテーマ ★目標	方向性	内 容
いただきます おうちごはんからはじめよう 食育のWaggle!	① 知ろう・学ぼう 食育の話！ ★食の知識を身につけよう	① 「食育」に関心を持とう！	情報提供の充実
		② 学校・家庭で「食育」を学ぼう！	学校における子どもへの食に関する学習機会の充実 親への食に関する情報提供
		③ 食の安全について学ぼう！	食の安全性について学ぶ機会の創設 市民が自分で安全な食を選択できる学習機会の充実
	② やってみよう 食育の和！ ★よりよい食習慣を身につけよう	① 感謝の気持ちで楽しく食べよう！	食を通じたコミュニケーションの充実 食事マナーの習得や作法の継承 食事への感謝の気持ちの涵養
		② 健康的な食生活を送ろう！	栄養バランスを考えた食事意識の向上 生活習慣病の予防活動の普及
		③ 西尾の伝統食を食べよう！	行事食・伝統料理などの食文化の継承
	③ みんなで 参加しよう 食育の輪！ ★食を通じてつながりを深めよう	① 楽しく「食育」を体験しよう！	料理教室や農林漁業体験の機会の提供
		② 「食育」イベントに参加しよう！	地元特産品や食育のイベント、地元農産物の即売会の実施
		③ 地域をつなぐ「食育の輪」を広げよう！	ボランティア・団体活動等の連携・充実
	④ まもろう 食育の環！ ★食を支える環境を持続させよう	① 西尾の産品を食べよう！	地産地消の推進 食のブランド化の推進
		② 環境にやさしい食生活を送ろう！	食品残渣の削減 食品ロスの削減
		③ 持続可能な食料供給を考えよう！	環境にやさしい農業の推進 環境と調和した生産等に関する学習機会の創設

※詳しい事業内容については計画書をご覧ください。

6 ライフステージに対応した行動内容

ライフステージごとで課題が異なるため、乳幼児期、少年期、青年期、壮年期、中年期、高齢期とそれぞれ

ライフステージ	行動内容
乳幼児期 (0～5歳頃)	○ 1日3食、規則正しく食べる ○ 家族と一緒に、楽しみながら食事をする ○ よくかんで食べる ○ 食後には、歯をみがく習慣を身に付ける ○ 甘いおやつを食べ過ぎないようにする ○ 「いただきます」、「ごちそうさま」の食事のあいさつをする ○ 五感を働かせて、食べ物のおいしさを見つける ○ いろいろな食品の味に触れ、食べられるもの、好きなものを増やす ○ 食事やおやつの時間を決めて、肥満や虫歯を予防する 
少年期 (6～15歳頃)	○ 1日3食、規則正しく食べる ○ 食後は丁寧に正しく歯をみがく ○ 食事バランスの大切さを学び、主食・主菜・副菜をそろえた食事をとる ○ 積極的に食事の用意を手伝う ○ 家族と一緒に会話を楽しみながら食事をする ○ 「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつ、望ましい箸の持ち方などの食事マナーを身に付ける ○ 適正体重を知り、食べ過ぎや太り過ぎに注意する ○ 栽培や収穫の体験を通して、地域の農業・漁業に対する理解を深め、食べ物大切さを学ぶ ○ 食事を残さず食べ、“もったいない”の精神を身に付ける
青年期 (16～24歳頃)	○ 朝食は毎日きちんと食べる ○ 1日に1回は、家族揃って食事をするように心がける ○ 主食・主菜・副菜をそろえた食事をとる ○ 自分に合った食事と運動についての健康プランを持ち、それを実践し、適正体重を維持する ○ 無理なダイエットはやめる ○ 地域の農業・漁業に対する理解を深める ○ “もったいない”の精神で食品ロスの削減に努める

のステージでのテーマを明らかにして、取り組みます。

ライフステージ	行動内容
壮年期 (25～44歳頃)	○ 主食・主菜・副菜をそろえた食事をとる ○ 自分に合った食事と運動についての健康プランを持ち、その実践により適正体重を維持してメタボリックシンドロームを予防する ○ かかりつけ歯科医をもち、定期的に歯のチェックを受けて歯周病を予防する ○ 1日に1回は、家族揃って食事をするように心がける ○ 子どもが毎日朝食を食べるように習慣化させる ○ 栄養成分表示や品質表示を参考にして食材を選ぶ ○ 地域で採れた食材や旬の食材を使って、季節感を楽しむ食卓づくりに努める ○ 食材は使う量だけ購入し、食べきれぬ量だけ作る
中年期 (45～64歳頃)	○ 生活習慣病の予防のために、脂質や塩分の多い食事のとり過ぎに注意する ○ 自分に合った食事と運動についての健康プランを持ち、それを実践し、適正体重を維持する ○ 定期的に歯科健診を受ける ○ 歯周病などで歯を失わないように、自分に合った歯みがきを続ける ○ 栄養成分表示や品質表示を参考にして食材を選ぶ ○ 地域で採れた食材や旬の食材を使って、季節感を楽しむ食卓づくりに努める ○ 食材は使う量だけ購入し、食べきれぬ量だけ作る
高年期 (65歳頃～)	○ 自分に合った食事と運動についての健康プランを持ち、それを実践する ○ 適量・適塩の食事を実践する ○ よくかんで食べることで丁寧な歯みがきを心がけて自分の歯を保つ ○ 定期的に歯科健診を受ける ○ 家族や仲間と一緒に会話を楽しみながら食事をする ○ 季節や行事にあわせた郷土料理や行事食を次世代へ伝承する 

7 食育推進にあたっての数値目標

指 標	対 象	現状値 (令和3年度)	目標値 (令和8年度)
食育に関心のある人の割合	18歳以上	60.1%	90%
「西尾市食育キャラクター」を知っている人の割合	小中学生	69.4%	80%
	18歳以上	11.7%	40%
「食育プログラム」を知っている人の割合	18歳以上	6.4%	30%
毎日の食事が楽しいと思う人の割合	小中学生	75.2%	85%
	18歳以上	66.2%	80%
1日に1回は、だれかと一緒に食事をする人の割合	18歳以上	85.5%	90%
子ども、孫などと食について話す人の割合	18歳未満の家族 と同居する人	42.5%	60%
家庭で料理や食事のお手伝いをしている子どもの割合	小中学生	81.3%	85%
ほとんど毎日朝食を食べる人の割合	小中学生	83.6%	98%
	20歳代	66.0%	85%
栄養バランスを考えた食事をする人の割合	18歳以上	31.7%	50%
食育に関する行動や活動をする人の割合	18歳以上	39.2%	50%
郷土料理、伝統食を知っている人の割合	18歳以上	34.3%	50%
農林漁業体験に全学年で取り組む小学校の割合 ^(※1)	小学生	50.0%	100%
地産地消という言葉を知っている人の割合 ^(※2)	小中学生	37.2%	70%
西尾産を優先購入している人の割合	18歳以上	44.9%	60%
学校給食における西尾市産物を利用する割合 ^(※3)	小中学校	9.8%	30%
日頃から環境に配慮した食材・食品を選んでいる人の割合	18歳以上	55.5%	70%

※1 各学校に個別で調査を行います。

※2 地産地消という言葉を知っている人の増加について小学3年生は含みません。

※3 「地場産品活用状況調査」により把握します。西尾市産物の割合は「(産品数) / (食品数) × 100%」で求めます。

第4次西尾市食育推進計画《概要版》

◎ 発 行：西尾市

◎ 編集：農水振興課

◎ 発行年月：令和4年3月

◎ 住所：〒445-5801 西尾市寄住町下田 22 番地

TEL (0563) 65-2135 FAX (0563) 57-1322



計画書は上記 QR コードから
ご確認ください。